＼ 測って、知って、相談できる！ ／

健康フェア

今の自分を知り、未来の自分を応援しよう！

入場無料
講演会以外は申込不要です

令和8年 **2/7日(土)** 11:30▸16:00

〈会場〉**いわき市総合保健福祉センター** 1階（いわき市内郷高坂町四方木田191）

特別講演 要予約

13:00～15:00（受付12:30）

『いくつになっても自分らしく生きるために
～血糖値を味方にする生活術～』

たねだ内科クリニック院長 **種田 嘉信** 先生

申込方法 お申し込みは、右のQRコードまたは下記にお電話ください。
定員：先着80名程度 ※1/5(月)から申込受付開始

健康チェック

InBody
筋肉量や体脂肪など35項目を分析

血管年齢・AGEs
指先をセンサーに乗せるだけ。血管年齢、体の糖化度チェック

骨の健康度
手首で骨のセルフチェック

握力・足指力

あなたの今の握力、下肢筋力は？

血圧測定

まずは血圧チェックから！

認知機能チェック

脳の健康、気軽にチェック

＊当日内容は変更となる場合がございます。ご了承ください。

相談コーナー

野菜350ｇ重さ当てクイズ！

● 栄養相談
Inbodyで栄養状態チェック！
明日からの食事どうする？

● 介護相談
介護の不安や気になること、小さなことでも大歓迎！

● お薬相談 14:00～16:00
お薬の困りごとや疑問にお答えします

使用中のお薬のある方は、お薬手帳やお薬の説明書をご持参ください。

問合せ 申込み 【事務局】いわき市内郷・好間・三和地区保健福祉センター 福祉介護係

☎0246-27-8691（平日 8:30～17:15）

主催：内郷・好間・三和地区地域ケア会議　協力：いわき市医療センター看護専門学校